

 В.П. Гусева

(подпись)

1гр.3,5,9,10 2гр.4,6,21,69 3гр.38,36ф,59 4гр.43,79,49 5 гр.17,60,45 6 гр.29,42,75,62 7гр.54,53,31 8гр.23,40 9гр.15,19,77
0гр.50,11,88 31гр.44,56 32гр.27,28,68

2 группа

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг					
			Младшие	Белк и	Жиры		Углев	Младш	В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
				Млад	Млад		Млад									
Пн, 19 сентября 22			17,58	12,35	82,69	512,22	0,21	12,19	35,09	1,35	221,58	209,73	48,24	1,93		
Завтрак			17,58	12,35	82,69	512,22	0,21	12,19	35,09	1,35	221,58	209,73	48,24	1,93		
20/2010	Салат из белокочанной капусты	60	0,93	3,05	5,63	53,71	0,02	12,14	28,7	0,07	25,45	18,2	9,92	0,33		
ТТК-358н	Колбасные изд. отварные (сосиски) с овощ.(мекс.см)	75/15	9,01	4,66	1,66	84,62	0,05	0,03	6,39	0,21	176,79	120,46	19,57	0,28		
516/04	Макаронные изделия отварные	150	5,36	4,37	36,54	206,89	0,09	0,02	0,00	1,07	11,54	46,17	8,25	0,84		
ттк№356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти	200	0,00	0,00	23,95	95,81	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Хлеб "Рябинушка"	30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48		
Итого стоимость питания в день		55,55 руб.														
Вт, 20 сентября 22			20,84	13,09	70,5	483,16	0,26	1,05	43,46	0,37	112,38	158,93	83,61	5,46		
Завтрак			20,84	13,09	70,5	483,16	0,26	1,05	43,46	0,37	112,38	158,93	83,61	5,46		
	Десерт фруктовый Яблоко	100	0,4	0,4	9	41,2	0,03	0,05	10	0,2	16,7	11	8	2		
ТТК-89н	Котлеты рыбные "Морячка" с овощами (горошек конс.)	75/15	14,58	7,45	9,19	162,11	0,02	0,00	4,19	0,00	36,1	15,48	26,83	0,91		
520/04	Пюре картофельное	150	3,31	4,91	22,12	145,93	0,16	0,93	25,97	0,15	43,63	97,54	32,92	1,2		
686/04	Чай с лимоном	200/7	0,27	0,06	15,28	62,73	0,00	0,07	3,3	0,02	8,15	10,01	5,36	0,87		
	Хлеб "Рябинушка"	30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48		
Итого стоимость питания в день		55,55 руб.														
Ср, 21 сентября 22			31,36	9,63	65,33	473,49	0,29	9,04	9,49	1,24	49,21	330,32	179,79	4,73		
Завтрак			31,36	9,63	65,33	473,49	0,29	9,04	9,49	1,24	49,21	330,32	179,79	4,73		
	Помидоры свежие	60	0,31	0,00	2,45	11,02	0,00	0,02	8,26	0,31	6,12	14,72	6,67	0,18		
ттк 53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	23,62	4,59	3,68	150,56	0,08	8,9	1,2	0,64	17,39	177,31	88,17	1,56		
510/04	Каша гречневая вязкая	150	4,65	4,75	24,86	160,8	0,16	0,1	0,00	0,29	9,65	110,42	72,99	2,46		
ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200	0,5	0,02	19,43	79,92	0,00	0,02	0,03	0,00	8,25	2,97	1,46	0,05		
	Хлеб "Рябинушка"	30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48		
Итого стоимость питания в день		55,55 руб.														
Чт, 22 сентября 22			18,41	14,34	78,23	515,59	0,33	3,42	65,12	0,71	468,43	455,64	100,37	2,52		
Завтрак			18,41	14,34	78,23	515,59	0,33	3,42	65,12	0,71	468,43	455,64	100,37	2,52		
	Десерт фруктовый Апельсин	105	0,95	0,00	8,82	39,06	0,04	0,00	63	0,23	35,7	24,15	13,65	0,32		
7/10	Сыр голландск.(порц)	20	5,9	5,54	0,00	73,48	0,01	0,00	0,15	0,09	220	132	12,1	0,15		

Пт, 23 сентября 22			29,08	26,24	78,65	667,1	0,81	0,09	13,63	1,82	189,13	376,63	110,83	7,93
Завтрак			29,08	26,24	78,65	667,1	0,81	0,09	13,63	1,82	189,13	376,63	110,83	7,93
ттк№489н	Салат из св.помидоров и огурцов	60	0,37	3,62	1,95	41,85	0,01	0,01	6,97	0,19	10,4	18,76	7,19	0,26
ттк№-200н	Зразы "Любимые " с сыром с овощами (фасоль стр.)	75/15	9,29	17,19	5,32	213,16	0,08	0,04	2,12	0,29	95,57	160,07	24,74	1,12
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	150	16,96	4,98	37,41	262,32	0,66	0,02	0,00	1,25	67,78	167,91	64,77	5,16
ТТК-271н	Компот "Фруктово-ягодный" из свежих яблок	200	0,18	0,18	19,06	78,58	0,01	0,02	4,54	0,09	7,58	4,99	3,63	0,91
	Хлеб "Рябинушка"	30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
Итого стоимость питания в день			55,55 руб.											
Сб, 24 сентября 22			31,67	24,48	93,14	719,53	0,21	83,41	8,35	0,54	228,28	339,85	75,46	3,3
Завтрак			31,67	24,48	93,14	719,53	0,21	83,41	8,35	0,54	228,28	339,85	75,46	3,3
ттк-66	Салат " Солнышко"	60	0,58	6,1	7,87	88,73	0,03	79,21	3,7	0,19	13,56	23,67	16,42	0,62
ТТК №-991к	Пудинг из твор."Морошка" со сгущ.молоком	150/20	26,06	12,65	48,98	413,98	0,13	4,15	4,55	0,35	201,97	283,03	44,14	1,38
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/17	2,75	5,46	21,38	145,63	0,00	0,05	0,1	0,00	4,95	8,25	4,4	0,82
	Хлеб "Рябинушка"	30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
Итого стоимость питания в день			55,55 руб.											
Итого			148,94	100,13	468,54	3 371,09	2,11	109,2	175,14	6,03	1 269,01	1 871,1	598,3	25,87

	Масса порции, г	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг					
		Младшие	Белки	Жиры		Углеводы	Младшие	В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
			Младшие	Младшие		Младшие									
ИТОГО ЗА 6 дней			148,94	100,13	468,54	3 371,09	2,11	109,2	175,14	6,03	1 269,01	1 871,1	598,3	25,87	
В среднем в день:			24,82	16,69	78,09	561,85	0,35	18,20	29,19	1,01	211,50	311,85	99,72	4,31	

Зам. директора по производству и качеству		Г.Н. Мартынова
Экономист по ценам		Н.В. Журавлева
Зам. начальника производственного отдела		А.В.Каримова
"УТВЕРЖДАЮ"		"СОГЛАСОВАНО"
Генеральный директор		
ООО "Школьное питание"		(№ образовательной организации)
 В.П. Гусева		(ФИО руководителя)
		(подпись)

Примерное недельное меню рационов питания учащихся 5-11 классов в образовательных организациях г.Набережные						Стоимость питания Стар	
Категория питания: завтраки старшие						2 группа	
№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.	Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг	Минеральные веществ

		Старшие		Белк и	Жиры	Углевод ы	Старши е	B1	A	C	E	Ca	P	Mg
				Стар шие	Стар шие	Старши е		Стар шие	Стар шие	Стар шие	Старш ие	Старш ие	Старши е	Стар шие
Пн, 19 сентября 22			67,83	20,83	34,75	77,39	705,63	0,15	20,28	54,28	0,38	285,13	213,91	52,21
Завтрак			67,83	20,83	34,75	77,39	705,63	0,15	20,28	54,28	0,38	285,13	213,91	52,21
20/2010	Салат из белокочанной капусты	100	4,07	1,55	5,08	9,39	89,51	0,03	20,24	47,84	0,12	42,41	30,33	16,53
ТТК-358н	Колбасные изд. отварные (сосиски) с овощ.(мекс.см)	100/15	40,81	12,75	16,52	1,77	206,72	0,07	0,04	6,39	0,26	234,92	158,68	25,18
ТТК - 335	Котлеты картофельные "Антошка"	2/75	14,91	4,25	12,88	27,37	242,4	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00
ттк№356н	Компот "Флодово-ягодный" ассорти	200	5,78	0,00	0,00	23,95	95,81	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,26	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5
Вт, 20 сентября 22			53,43	19,28	15,8	91,97	587,19	0,26	0,18	18	1,7	71,71	215,97	69,26
Завтрак			53,43	19,28	15,8	91,97	587,19	0,26	0,18	18	1,7	71,71	215,97	69,26
	Десерт фруктовый Яблоко	113	7,25	0,45	0,45	10,17	46,56	0,03	0,06	11,3	0,23	18,87	12,43	9,04
ТТК-89н	Котлеты рыбные "Морячка" с овощами (горошек конс.)	2/50/15	33,07	9,85	9,78	7,76	158,45	0,08	0,02	3,4	0,16	17,74	112,15	34,14
516/04	Макаронные изделия отварные	180	7,91	6,43	5,24	43,85	248,26	0,1	0,03	0,00	1,29	19,15	56,48	10,22
686/04	Чай с лимоном	200/7	2,94	0,27	0,06	15,28	62,73	0,00	0,07	3,3	0,02	8,15	10,01	5,36
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,26	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5
Ср, 21 сентября 22			82,64	24,82	11,86	71,83	493,46	0,34	0,19	16,24	0,97	53,98	351,68	134,34
Завтрак			82,64	24,82	11,86	71,83	493,46	0,34	0,19	16,24	0,97	53,98	351,68	134,34
орниц рецептур 15	Помидоры свежие	100	7,19	0,51	0,00	4,08	18,36	0,00	0,03	13,77	0,51	10,2	24,54	11,12
437/04	Гуляш	50/50	60,80	15,96	5,87	3,58	131,02	0,1	0,02	2,44	0,11	16,15	166,76	23,67
510/04	Каша гречневая вязкая	180	9,23	5,57	5,7	29,83	192,97	0,19	0,12	0,00	0,35	11,58	132,51	87,59
ТТК-257н	Напиток "Флодово-ягодный" из сухофруктов	200	3,16	0,5	0,02	19,43	79,92	0,00	0,02	0,03	0,00	8,25	2,97	1,46
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,26	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5
Чт, 22 сентября 22			85,62	24,09	17,46	115,64	715,95	0,39	3,68	22,32	1,35	571,81	575,1	182,73
Завтрак			85,62	24,09	17,46	115,64	715,95	0,39	3,68	22,32	1,35	571,81	575,1	182,73
	Десерт фруктовый Банан	200	31,73	3	0,00	42	180	0,08	0,04	20	0,8	16	56	84
7/10	Сыр голландск.(порц)	30	26,03	8,84	8,32	0,00	110,22	0,01	0,00	0,23	0,13	330	198	18,15
ТТК-270	Каша молочная "Дружба" с маслом	200/5	14,62	7,17	7,04	43,24	264,97	0,22	2,23	1,26	0,36	134,94	222,93	61,12
ттк№343н	Кофейный напиток полусладкий с пряником	200/28	10,98	2,8	1,83	15,49	89,57	0,03	1,41	0,83	0,06	83,07	73,27	8,96
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,26	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5
Пт, 23 сентября 22			76,62	24,02	20,81	82,69	614,08	0,88	0,08	17,66	1,98	117,36	272,38	106
Завтрак			76,62	24,02	20,81	82,69	614,08	0,88	0,08	17,66	1,98	117,36	272,38	106
ттк№489н	Салат из св.помидоров и огурцов	100	7,56	0,61	6,04	3,25	69,76	0,01	0,02	11,62	0,32	17,33	31,27	11,99
ТТК-200н	Зразы "Любимые " с сыром с овощами (фасоль стр.)	2/60/15	54,67	0,6	8,34	0,58	79,77	0,02	0,01	1,5	0,07	3,32	9,73	2,15
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	180	7,80	20,35	5,98	44,89	314,78	0,79	0,03	0,00	1,5	81,33	201,49	77,73
ТТК-271н	Компот "Флодово-ягодный" из свежих яблок	200	4,33	0,18	0,18	19,06	78,58	0,01	0,02	4,54	0,09	7,58	4,99	3,63
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,26	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5
Сб, 24 сентября 22			71,13	20,41	28,15	81,49	660,92	0,41	0,73	51,71	0,72	78,53	299,45	86,93
Завтрак			71,13	20,41	28,15	81,49	660,92	0,41	0,73	51,71	0,72	78,53	299,45	86,93
	Десерт фруктовый Яблоко	120	7,70	0,48	0,48	10,8	49,44	0,04	0,06	12	0,24	20,04	13,2	9,6
ТТК 28Н	Запеканка картофельная с мясом "Школьная"с/м	200/3	57,85	14,9	21,94	34,4	394,66	0,32	0,62	39,61	0,48	45,74	253,1	62,43
ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	200/17	3,32	2,75	5,46	21,38	145,63	0,00	0,05	0,1	0,00	4,95	8,25	4,4
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,26	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5
Итого			437,27	133,45	128,83	521,01	3 777,23	2,43	25,14	180,21	7,1	1 178,52	1 928,49	631,47

		Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.	Энерг. ценност ь, ккал	Витамины, мг	Минеральные веществ
--	--	------------------------	---------------	-------------------------	------------------------------	--------------	---------------------

	Старшие		Белк и	Жиры	Углед ы	Старши е	B1	A	C	E	Ca	P	Mg
			Стар шие	Стар шие	Старши е		Стар шие	Стар шие	Стар шие	Старш ие	Старш ие	Старши е	Стар шие
ИТОГО ЗА 6 дней		437,27	133,45	128,83	521,01	3 777,23	2,43	25,14	180,21	7,1	1 178,52	1 928,49	631,47
В среднем в день:		72,88	22,24	21,47	86,84	629,54	0,41	4,19	30,04	1,18	196,42	321,42	105,25

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам. начальника производственного отдела





Г.Н. Мартынова

Н.В. Журавлева

А.В.Каримова

шие

твa, мг

Fe
Старшие
31,96
5,33